



会報

デザイン池田満寿夫

ながの

第65号

令和5年3月15日

公益財団法人 長野県長寿社会開発センター長野地区賛助会 発行人 丸山 栄洋 編集長 澁谷 貞春
〒380-0936 長野市大字中御所字岡田98-1 長野保健福祉事務所内 TEL 026-228-7023 FAX 026-223-7669
2月末現在賛助会員数 長野地区373人 全県1,615人

3面に掲載 日中国交正常化50周年記念漢詩大会「長野漢詩会」の2人優秀賞に

手作り衣装でグループ活動をアピールする会員



長野地区賛助会

賛助会員入会説明会

グループ活動の説明会を開催

令和4年12月6日(火)・7日(水)の両日、長野保健福祉事務所3階に於いて、シニア大学一年生を対象に、長野地区賛助会員の入会説明会を開催しました。

開催に先立って賛助会会長丸山栄洋氏から「グループ長より活動紹介があります。参考にしていただき是非加入いただければ有り難い」と挨拶がありました。

今年度の説明会は、感染症の対策として対面での説明ブースを設けずに、グループの代表から活動状況やグループの特色を説明。また、作品・ポスター等をかざしてアピールしました。

終了後アンケートを行い34名より回答がありました。(集計は2面に掲載)

公益財団法人長野県長寿社会開発センター長野支部
LINE公式アカウント を開設しました。

このQRコードを
読み込んでお友達
追加をしてね



シニア大学長野学部1年生を前にして
賛助会丸山栄洋会長の挨拶

長野地区賛助会説明会アンケート集計

実施 令和4年12月6日・7日

アンケート回収34名（80%）

1、賛助会の説明を聞いて活動内容が分かりましたか。

- ①よくわかった 19名
 ②すこしわかった 15名
 ③わからなかった 0名

2、賛助会説明会を聞いた気持ちを聞かせてください。

- ①加入したい 1名
 ②いずれは加入したい 19名
 ③加入したくはない 6名
 ④もう少し詳しいことを
 聞きたい(相談したい) 6名
 (来年考える) 1名

3、入会してみたいグループがありましたか。

- ①はい 25名 ⇒マレットゴルフ・川柳など
 ②いいえ 7名

4、3で①はいと答えた方、長野地区賛助会グループについてお聞かせ下さい。

- ①既にグループに加入している 1名
 ②加入しようか迷っている 8名
 ③グループに加入しない 6名

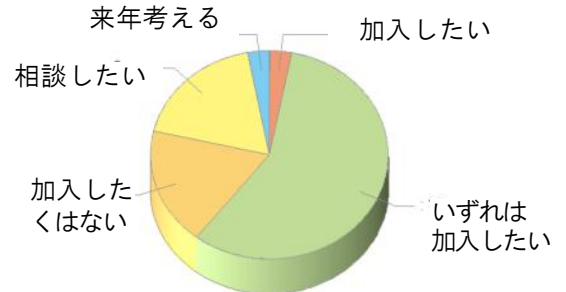
5、賛助会又はグループに加入しないと答えた理由は。

- ①年会費(3000円/年)が高い 3名
 ②加入したいグループがない 8名
 ③その他 5名

6、長野地区賛助会に「グループ」を立ち上げたいですか。

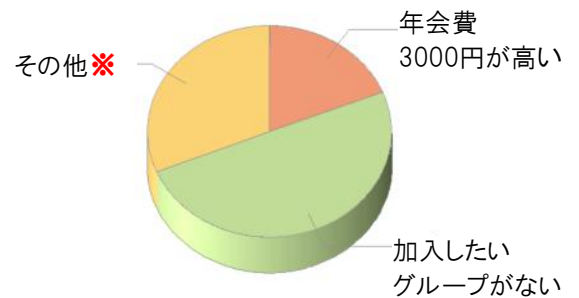
- ①意思はある 2名
 ②やり方がわからない 2名
 ③意思はない 23名
 ④その他 1名

2 賛助会説明会を聞いた気持ちは



アンケート回収34名

5 賛助会又はグループに加入しないと答えた理由



※その他の理由

- ・来年考えたい
- ・検討する時間が必要
- ・時間的余裕がまだない
- ・交通の便、体調不健全
- ・仕事をしているので、入会は無理

「賛助会」にご要望、ご質問など御自由にお書き下さい

- ・賛助会内のグループ、賛助会外のグループの実情とセンターの方針を聞きたい
- ・皆さんパワフルで元気を頂きました
- ・熱心に活動されていることがわかった
- ・少し時間がほしいです

日中国交正常化50周年記念

第14回諸橋轍次博士記念漢詩大会

長野地区賛助会「長野漢詩会」の二人受賞

令和4年11月12日、2日間の日程で第14回諸橋轍次博士記念漢詩大会が、新潟県三条市の諸橋轍次記念館において開催されました。国内外から各部門合わせて417名、622首の応募がありました。日中友好の部に応募した長野地区賛助会「長野漢詩会」の寺田準氏、一由秀範氏が優秀賞に輝きました。

優秀賞 岳峰 寺田 準

日中修交津梁

鑑眞授戒正扶桑
使節晁衡仕李唐
文物往來雖世變
銘心鏤骨締盟長

日中修交の津梁

鑑眞戒を授けて扶桑を正し
使節の晁衡李唐に仕う
文物の往來世変ずと雖も
銘心鏤骨締盟長し

優秀賞 沙鷗 一由 秀範

日中国交正常化五十年所感

泰山富嶽一何嵩
眼下雲流滄海中
五十歲華開國域
相呼相答棧橋通

日中国交正常化五十年所感

泰山富嶽一に何ぞ嵩き
眼下雲流る滄海の中
五十の歳華 国域を開く
相い呼び相い答へて棧橋通ず

受賞に寄せて

長野漢詩会 岳峰 寺田 準



わが国の召聘に応じて来日し、僧侶に授戒して仏教界を正した鑑眞、

遣唐使として玄宗皇帝に仕えて寵遇された阿倍仲麻呂を始め、古来日中間は文物の往來が盛んであった。近年その状況は変貌しているがこの絆を末長く守りたいとの思いを絶句にした。幸い日中友好の部で優秀賞二首を長野県の当会が占めたことに満足している。

我が国は輸入した漢字から平仮名・片仮名を作り訓点をつけて漢文を読めるようにし、両国の文化は正に一衣帯水の間にある。漢詩は源氏物語など日本文学に大きな影響を与えながら発展し、江戸時代に最盛期を迎えた。戦後は漢文教育の軽視も相俟って衰頹し今はその再興期にある。

長野県は太宰春台・山村蘇門・佐久間象山など多くの漢学者を輩出した土地柄で、長野漢詩会はこの伝統を守りたいと、文学博士信州大学教授市川本太郎先生を中心に、長寿社会開発センターの草創期に設立し、今年三十三周年を迎え日夜研鑽に努めている。

受賞によせて

沙鷗 一由 秀範



宮みは同じ空の下でつながつている。」という起句・承句

の意味は有名な句であります。昭和47年9月29日に日中共同声明の発出により令和4年度は国交正常化50年目の記念すべき年となりました。

漢詩を親しむ私にとって半世紀に亘る日本と中国の友好関係を考えると、数多くの困難や厳しい懸案に直面する中、互いに重要な責任を自覚して現在に至っております。そんな折、何か一つでも言葉に残せればと思ひ七言絶句を書いてみました。表現すること、将来への願いは皆さん同じ気持ちですが、たまたま入賞した事には大変うれしく思い更に漢詩を学び深めたいと思います。

シリーズ

9

長野地区賛助会グループ紹介

川柳「らぶる会」

川柳りんどう会 会長 河内 繁

私たち「川柳りんどう会」は、平成15年に長野県老人大学（現、長野県シニア大学）の卒業生によって結成されました。大学の授業で川柳を学び、卒業後にも学び続けたいとの強い思いでスタートし、現在まで活動が続いています。月例会は370回を越えました。



定例会会を楽しむ会員

結成以来、老人大学で講師をされていた石田一郎先生にご指導頂きましたが、数年前に引退され、現在は堀松白先生（よみうり柳壇長野県版選者）にご指導頂いています。

川柳は、人々の日常の暮らしの中にある喜怒哀楽を、平易な五・七・五で表現する文芸です。題材はどこにでもあります。それに気づいて、表現して、周囲の人々に共感してもらうためには、やはりセンスと技術を磨かねばなりません。なかなか簡単な事ではありませんが、メンバーみんなで切磋琢磨しながら前進しようとしていきます。そんな中で良い句ができ、メンバーや家族、知人に褒められるのは、大きな喜びです。また中には、作品が信毎柳壇の秀句に選ばれたり、国民文化祭の特選に選ばれたりした会員もいます。

一番の悩みは会員の減少と高齢化です。健康を損ねたり、自動車の運転免許を返納したりで、句会にも参加できないメンバーが多くなりました。それに加えて新会員がなかなか増えません。30人程だった会員も、今では10数名まで減ってしまいました。根本的な打開策は、なかなか見

つかりません。

現在、月に1度、定例会の句会を中央隣保館で開いています。コロナ禍以前には、年2回の吟行（小旅行に出て外で句を作る事）や、新年会等も実施していたのですが、最近定例会会だけになっていて、それすら

長野市芸術館

シニア演劇アカデミー

第4期講演

長野市芸術館が60歳以上の市民らで結成した「シニア演劇アカデミー」の第4期公演が1月29日、同アクトスペースで開催されました。

「いつか待ち人が来る日まで」

脚本・山本陽将さん

俳優の西村まさ彦さんの監修で、60～90歳代30人が、演出家たちと昨年9月から作り上げてきた舞台。

30人の俳優の繰り広げる舞台はAチーム「煙が目にしみる」演出岡部涼音さん、Bチーム「フライング越しのふるさと」演出関口静夫さんの2部構成で群像劇を熱演。満員の観客約230人を楽しませた。

公演は、両チーム共通の長野の商店会にある「真田たばこ店」に集う人々の様々なやりとりを、シリアスかつコミカルに友情と絆で解決していくストーリー。

亀山呉服店の店主の妻、亀山美野里役を務めた長野市の市川とみ江さん（75）は「思案の末一歩踏み出し貴重な体験をした。重要な役で緊張したけど、

コロナ感染を警戒して誌上句会に変更した事も何度もありました。コロナの流行の終息をひたすら待ちながら、次の句会の宿題に少しでも的確で魅力ある言葉を選ぼうと努力しています。

全力で演技にぶつかる事ができたと思う。是非また挑戦したい」と話した。終演後、西村まさ彦さん、「一生懸命演技に挑戦してくれた出演者に感謝したい。とても素敵なお芝居でした」と拍手を送った。

レポート 澁谷貞春



月2回の稽古を続けて臨んだ舞台で熱演するシニア演劇アカデミーのメンバーたち

(写真・長野芸術館提供)

長野県シニア大学長野学部

令和4年度卒業式・修了式



令和5年2月15日長野市芸術館リ
サイタルホールに於いて、卒業式及
び修了式が行われ、長野学部一般コー
ス第44期生54名、専門コース第5期
生26名に和田丈副学部長から卒業証
書・修了書が授与されました。

44期生は、新型コロナウイルスの影響で活
動の制限がありました。苦難を乗
り越えて卒業を迎えました。和田副
学部長は「大学で学んだことは財産
です。誇りを持って地域の活動に参

加してください」と、専門コース修
了生には「シニア地域プロデューサー
として、地域での活躍を期待してい
ます」と激励しました。

卒業生を代表して北島孝子さんは
「新型コロナウイルスで学業でしたがピ
ンチをチャンスとして、大学で学ん
だことを地域活動に役立てていき
たい。快く送り出してくれた家族に感
謝です」と謝辞を述べました。

卒業にあたって

岩村文彦

私は2年程前に長野市に移り住み
ました。新しい町での生活に不安を
抱えていた時、シニア大学を知り、
この町及び地域のことを知り仲間作
りが出来るかなと考え入学しました。
時は令和3年の春、世界を震撼させ
るコロナウイルスが猛威を奮ってい
る最中で、開校も危ぶまれた頃の様
に記憶しています。入学式も予定よ
り遅れ5月26日に行われましたが、
一般コース火曜・水曜クラス及び専
門コース別々という異例の入学式で
した。我々44期生は一般コース54名
で以前より大部減少したと聞いてお



卒業証書授与

ります。

一年目はコロナ感染予防を強い
られ感染者数によつては休校も余儀
なくされた日も多く、各講座、仲間
同士の交流、コミュニケーションも
れず、目的達成に不安を感じる状
況もありました。二年生になるとコ
ロナ感染警戒も若干緩和され休校日
もほなくなり、教養講座、社会参加
活動、実技講座等々多方面に渡り学
ばせていただく事が出来ました。地
域の善光寺七福神巡り、蔵の町須坂
市の町並み歩き等は、地域の重要
な名所として心に残り知る事が出来
ました。心配していた仲間同士の交
流、コミュニケーションも深まり一
気により満足度が増しました。

令和5年2月15日、無事卒業式を
迎える事が出来、火曜・水曜クラス、

専門コース合同で長野市芸術館に於
いて厳粛に行われ感激しました。
結びにこの激動の中我々シニア大
44期生をご指導下さいました諸先生
方、手厚くサポートしていただいた
事務局及び関係者の皆様に深く感謝
申し上げます。

修了にあたって

荷輪忠男

本年2月15日にシニア大学専門コー
スの修了式が行われました。私は一
般コース2年間で卒業のところで、新
型コロナ感染症のため3年間在籍し、
引き継いで専門コースへ進んだので
すが、シニア大学ではとても有意義
な経験をしました。現役時代には経
験出来なかった新しいことを学べた
ことや、コロナ禍の中オンライン活
用のため、「ズーム」の操作を覚え
ることが出来たこと等、自分自身の
スキルアップに繋がったと思ってい
ます。

また、いろいろな仕事を経験して
きた新しい人達と知り合うことが出
来、仲間がとて増え人脈が広がっ
たと思っています。今後の付き合い
が楽しみです。シニア大学で学んだ
ことを糧に、今後残りの人生を送っ
ていきたいと思っています。最後に
我々の面倒を一生懸命に見ていただ
いた事務局スタッフの皆さんに感謝
しています。



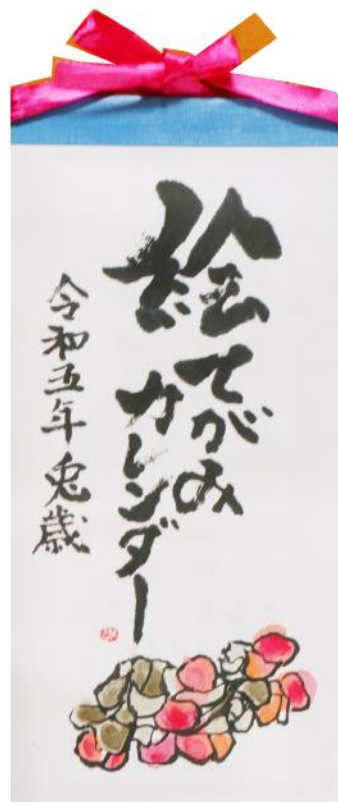
投稿欄

絵手紙カレンダー

万年青の会

グループ長 佐藤芳子

賛助会員グループ「万年青の会」では、毎年カレンダーを手作りして



います。担当する月に思いを巡らせ、書く楽しみや、月が替わって「今月はどんな絵かしら?」と、めくる楽しみ。全員の思いがこもったカレンダーです。眺めれば、ほのぼのとした温もりを感じます。



健康一口メモ

サキベジで免疫力アップ

食事の前に沢山の野菜を摂ること（サキベジ）を心がけて健康を保ちましょう。【5つの病気】高血圧・高脂血症・がん・糖尿病・認知症を防ぐ為の食事、運動、コミュニケーションの3原則として取り組む健康づくりです。

サキベジ3原則

- ①先に野菜を多く食べる
- ②1日7000歩あるく
- ③仲間を作ろう



☆編集後記☆

早いものでもう年度末「卒業シーズン」となりました。

今年度の最後まで新型コロナウイルス感染症に追われた1年でした。第8波も収束の兆しが見えてきましたが、決して油断することなく対策をしっかり取って参りましょう。令和5年度も楽しく元気な長野地区賛助会を目指しましょう。

次号の広報誌「会報ながの66号」は、7月中旬頃発行予定です。